

MDMA



EU

ailaket!!

konposizioa, itxura eta aizunketa

01



MDMA

estasia, pilulak, kristala, eme...



MDMA feniletilaminen familiako konposatu anfetaminiko bat da eta bere printzipio aktiboa 3,4-metilendioximetanfetamina da. Pilulatan aurkezten da konprimatuta, irudiak edo inprimatutako logotipoak dituela, edota kristal-harritan (kristala).

Piluletan dagoen kontzentrazioa %15 eta %75 artekoa da*, eta diluitzaileak edo osagarriak ohikoenak azido borikoa, laktosa eta kaltzio sulfatoa (igeltsua) dira*.

Kristalak pilulek baino MDMA kontzentrazio handiagoa du, lagin gutxiak baitute % 98 baino purutasun-maila txikiagoa*.

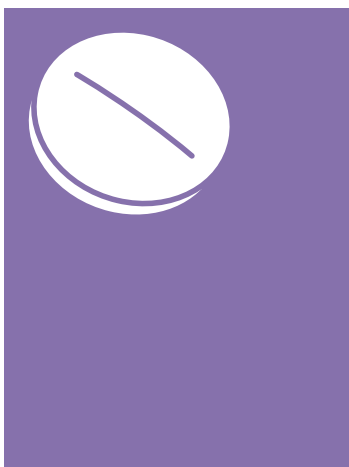


*Ai Laket!! elkarteak 2018an, EAEn egindako analisien araberrako datuak.

dosia zenbatekoa den eta nola hartzen den

02

Jatea da hartzeko modurik ohikoena. Sudurretik ere sar daiteke; hala eginez gero, gibelean metabolizatzen ez denez, hartzaileak nahi dituen efektu entaktogenoak txikiagotu egiten dira, ondorio estimulatzaileen alde.



Batezbesteko dosia, janda, hartzailearen pisuaren kilo bakoitzeko 1,5 mg-koa da. 150 mg baino gehiago hartzeak areagotu egin ditzake bilatzen ez diren efektuak.



hasierako ondorioak

03

01

MDMA-ren ondorioak ez dira beti berberak; hainbat alderdik du eragina: zenbateko dosia hartzen den, non-nola hartzen den, zein aldartetan hartzen den, zer espero den eta pertsona nolakoa den.

02

Nerbio-sistema zentrala estimulatzen du, eta, halaber, ondorio entaktogenoak (nor bere buruarekin harremanetan murgiltzea) eta enpatogenoak (ingurunearekin konektatzea eta sentimenduak partekatzea) ditu.

03

Hartzen denean, zoriontasuna, euforia, autoestimu handia eta deshinibitzea sentitu daiteke, eta sentikortasun sentsorial handiagoa izaten da (koloreen intentsitateekiko, musikarekiko, zaporeekiko... sentsibilitate handiagoa), guztia era atsegingarriagoan hautemanez. Ingurukoak besarkatzeko premia sentitu daiteke.



04

Maila fisikoan, estimulatzaile den aldetik, bihotz-eta arnas-erritmoa azkartzen ditu, eta gosea, logura eta nekea murrizten ditu. Ahoa lehortzen du eta begi-niniak dilatatzeko dilatatzen ditu.



ondorioak epe ertain eta luzera

04

01

Ondoko egunetan egoera emozional positiboa izan daiteke, nahiz eta ohikoena den loezina izatea, apetitua txikitzea, eta nekea, apatia edota tristura apur bat izatea.

02

Ohiko kontsumoaren ondorioz asaldura kognitiboak, loezina, nahasmendu depresiboak eta antsietatea izaten dira.

03

Gehiegizko kontsumoak agresibitatea eta/edo nahasmendu psikotikoak eragin ditzake. Horrez gain, gibelak eta urdailak kaltetu ditzake, eta ondorio estimulatzaileak direla eta, baita zirkulazio-aparatua ere. MDMArekin gerta daiteke, uneren batean, efektu bera lortzeko, dosia handitu behar izatea (tolerantzia).



04

Ez du menpekotasun fisikorik eragiten; aldiz, menpekotasun psikologikoa eragin dezake.

Estasia hartu bitartean alkohola edateak esperientzia hutsaldu dezake eta albo-ondorio gehiago eragin ditzake, hala nola deshidratazioa, goragalea, bero-kolpea edota gibelarentzako arriskuak.



MDMA + ALKOHOLA

Kanabisa ere hartzen baduzu, esperientzia biziagotu daiteke, dosiaren arabera.



MDMA + KANABISA

Beste estimulatzaile batzuekin nahasten bada, adibidez, kokainarekin edo anfetaminarekin, nerbio-sistema are gehiago estimulatuko da, eta ondorio entaktogenoak eta enpatogenoak murriztu egingo dira.



MDMA + ESTIMULATZAILEAK

Kontuan izan hurrengo arrisku egoerak:



gaixotasun mentalak izatea.

gibelego, giltzurrunetako edo bihotzeko arazoak izatea.

sendagaiak hartzen aritzea.

haurdun edo edoskitze garaian egotea.

arriskuko edo arreta handiko zer edo zer egin behar izatea, esate baterako, gidatzea.

hazteko adinean egotea.

Kontsumitzea erabaki baduzu...

Aurretik

Substantziaren berri jakitea komeni da, gozamina eta arriskuak zuk zeuk neurtzeko.

Gogoratu, bi pilula berdinak izan arren (kolorea, logoa, diametroa), ez dutela zertan MDMA kantitate bera izan.

Iruzurrak saihesteko, erreaktiboak eskura ditzakezu, eta substantzia zuk nahi duzuna den egiaztatu. Substantziaren konposizio osoa ezagutzeko, Ai Laket!!-en programak erabil ditzakezu.



Hartu baino ordu eta erdi lehenago, ondo jatea komeni da, esfortzurako erreserbak izateko, goragalea saihesteko eta substantzia azkarrago eta hobeto absorbatzeko.



Bitartean

Hatzarekin miazkatzea baino hobe da bonbete edota kapsulen bidez hartzea, behar bezala dofisikatuko duzu eta hortzetako esmaltea babestuko duzu.

Bero-kolpea bezalako ondorioak saihesteko, edan alkoholik gabeko edariak eta tarteka atseden hartu. Ur gehiegi edatea ere ez da komeni, sodio-maila txikitu eta kalteak eragin baitaitezke organismoan.

Gogoratu, zentzumenak zorrozten dituenek, zukuak, freskagarriak eta abar edateko plazerra bizitu dezakezula, eta, hori eginez, zure burua hidratatuko duzula.

Gogoan izan esperientzia bakoitza bakarra eta errepikaezina dela. Faktore askok baldintzatzen dute esperientzia (substantziak, gogo-aldarteak, egoera fisikoak, inguruneak...), ez saiatu guztia perfektua izan zeneko une hura kostatzen ala kostatzen gogorarazten.

Parranda egin bitartean, hasierako ondorio berak lortzeko, gehiago eta gehiago hartzen baduzu, ondorio estimulatzaileak luzatzea baino ez duzu lortuko, eta aje handiagoa izango duzu.

Sexu harremanak izatekotan, ekidin arrisku-jarduerak, erabili kondoiak haurdun ez geratzeko eta sexu-transmisiozko infekzioak

ez harrapatzeko (kandidak, herpesak, hepatitis, GIB-hiesa eta abar). Kondoia erabiltzeko erantzukizuna zuri dagokizu, ez beste inori. Ez utzi beste inoren eskutan.

Gogoan izan desira erotikoa nabarmen handiagotzen duela, baina orgasmora iristea zailtzen duela. Edonola ere, sexu-harremanaren sentikortasuna eta espiritualtasuna areagotzen ditu, "maitemin faltsua" edo "maitemin kimikoa" delako sindromea eragiteraino, zeinak, kasu batzuetan, hilabeteak iraun ditzakeen.

Kalte egin badizu, komeni da norbaitekin egotea, ongi aireztatutako toki lasai batean, likidoak hartzea eta lasai egotea.

Ondoren

Hurrengo egunetan animoz pattal bazabilte, modu positiboan pentsatzeak egoera gaitzitzen lagunduko dizu.

Ez ahaztu galdutako mantenuak berreskuratzeko elikagai egokiak hartzea, janari arin, elikagarri eta bitamina asko dituztenak janz.

Kontuan izan hurrengo hiru egunetan komenigarria dela erabaki garrantzitsurik ez hartzea, ohikoa ez den ikuspuntua izan dezakezu eta.

Gogoratu MDMA dosi bat hartu eta, gutxi gorabehera, 24 ordu igaritzen dela odolean eta listuan, eta 5 egunez gernuan. Datu horiek gutxi gorabeherakoak dira, izan ere dosiaren edo norberak drogaren arrastoak ezabatzen duen ahalmenean arabera aldatu egiten dira.



Gogoan izan kalean MDMA edukitzeak edo gehiagoko 600 euro¹ edo gehiagoko isuna dakarrela. Trafikatzeak, saltzeak edo banatzeak kartzela-zigorra dakar.



¹2015/4 martxoaren 30eko Hiritar Segurtasunaren Babeserako Lege Organikoaren arabera.



diseinua/argazkiak: www.sinbait.com

ailaket!!

Ai laket!! irabazi asmorik gabeko elkarte da eta legez kanpoko drogen kontsumitzaile zein kontsumitzaile ohiek osatzen dute. Elkarteak, kontsumo arduratsuen eta drogen erabileraren arriskuak murrizteko ikuspuntuetatik, substantzia psikoaktibo ezberdinekin bizitzen ikastearen aldeko apustua egiten du. Izan ere, drogen kontsumitzaile ala ez, pertsona helduek informazioa jaso ondoren askatasunez hartu beharreko erabakia dela usteko du. Ai laket!!-en asmoa, beraz, ez da erabaki horren gainean eragina izatea, baizik eta informazio zehatza, praktikoa eta sinesgarria eskaintzea, kontsumitzeko erabakia hartzekotan, erabakia ondo hausnartutakoa izan dadin eta kontsumitzaileek zentzudun jokatzeko informazioa izan dezaten.

Jesusen Mirabeen Sortzailearen kalea, 40 etxabe.
01001 Vitoria-Gasteiz
(+34) 945 23 15 60
ailaket@ailaket.com
www.ailaket.com